

Paul Brunton sobre el Sendero Largo y el Sendero Breve

Fuente: THE DIGITAL NOTEBOOKS OF PAUL BRUNTON

Publicado en web-ur.com: 2025-07-14

Fecha última actualización: 2025-07-14

Traducido y editado por: JD Arimathea



En la literatura espiritual se menciona a menudo la existencia de «caminos espirituales» como una especie de itinerarios a seguir para el desarrollo interior del ser humano durante el transcurso de su vida terrenal. Cada maestro o doctrina los diseñan a su manera. La mayoría se refiere a caminos que conducen a una mejora de las cualidades de la persona o a un estado específico que se alcanza al final del viaje. Paul Brunton conceptualizó esta idea mencionando dos caminos: el Sendero Largo y el Sendero Breve. Muchas de sus «short notes» contienen una explicación muy esclarecedora del significado de cada uno, así como de las diferencias básicas que los separan.

Sin embargo, hay una «PB note» particularmente extensa, la #29696, que resume esta división de los dos Caminos de una manera muy directa y clara. La nota en sí está escrita en forma de respuesta formal que probablemente dio a petición de uno de sus estudiantes en enero de 1979. La hemos elegido para este artículo para que los lectores puedan leerla aquí en su totalidad, ya que no puede incluirse en el pop-up de presentación «La cita de Paul Brunton» de citas aleatorias debido precisamente a su extensión.

#29696

EL SENDERO LARGO / EL SENDERO BREVE (enero de 1979)

Preguntaste sobre los términos «Sendero Largo» y «Sendero Breve». No sé quién los acuñó. Existen desde hace mucho tiempo y son caminos para alcanzar la realización espiritual. El Sendero Largo significa que se necesita un tiempo prolongado y también que el camino en sí mismo es difícil, y precisamente por ser difícil requiere mucho tiempo.

El término «Sendero Breve» tiene el significado opuesto: es breve en cuanto al tiempo y requiere poco esfuerzo. Por ejemplo, en enseñanzas como el zen se habla de la iluminación repentina. No puede ser más breve que eso.

Por supuesto, cuando la gente oye hablar de la iluminación repentina, quiere sumarse a ella para alcanzar la iluminación rápidamente. El Sendero Largo no es muy popular.

«Sendero Breve» no significa «repentino». Solo significa «más corto».

El Sendero Largo es simplemente lo que normalmente se asocia con el yoga: los ejercicios para practicar la concentración, la atención, la relajación del cuerpo y la mente, la autodisciplina ascética y el autocontrol. Esto se enseña en la mayoría de las escuelas; sin embargo, no hay un conjunto de reglas que se estudie. Básicamente, consiste en controlar tus pensamientos y tu cuerpo, así como tus sentimientos y tu voluntad.

Se trata de trabajar para mejorar tu interior y también tu vida exterior. El trabajo interior y el exterior forman parte del Sendero Largo. No es tan fácil y puede llevarte mucho tiempo.

Al cabo de años, es posible que la gente se canse un poco y lo abandone por completo, o que se retire y vuelva más adelante.

De todos modos, llega un momento para la mayoría —no para todos— de aquellos con un karma especial, aquellos que ya han recorrido el Sendero Largo anteriormente, en el que se ven sumergidos de repente en la realización espiritual. Ejemplos de ello son Ramana y Wei Wu Wei. Se dan cuenta de qué es la Verdad, qué es lo Real, qué es el «yo». Pero se trata de excepciones.

El Sendero Largo se recorrerá vida tras vida con solo algunos resultados, nada demasiado espectacular.

Sin embargo, otros se sienten bastante desanimados ante la falta de resultados y llegan a una etapa de pesimismo o incluso de desesperación ante esta meta imposible. Es aquí donde abandonan o se vuelven en contra de la Búsqueda.

En esta etapa están muy maduros para una transición al Sendero Breve. (Este es el método del koan, en el que el buscador se ve obligado a alcanzar un estado de desesperación) Si se rinde de la manera adecuada, tendrá un vislumbre lo suficientemente poderoso como para darle un giro a su vida.

Otros llegan al Sendero Breve de una manera muy sencilla y natural. Han hecho lo que han podido en el Sendero Largo y entran en contacto con el Sendero Breve —ya sea a través de un libro, de un sueño o de su gurú—.

Así comienza el Sendero Breve. Hace que la vida sea considerablemente más agradable, porque se supone que debes dar un giro de 180 grados, dejando atrás tu pasado y fijándote primero en el lado luminoso, el lado soleado, de tu vida espiritual. Muy a menudo se te concede un vislumbre que te impulsa a emprender el Sendero Breve, y se te muestra qué hacer. Recibes nuevos ejercicios, o quizá ningún ejercicio en absoluto. Ves cosas que antes te pasaban por alto cuando solo veías el lado sombrío. Los ejercicios pueden ser elegidos por el buscador o por el gurú. Cada uno debe encontrar los suyos, pero todos son luminosos, alegres y constructivos.

Pero lo más importante de todo es que ahora te encuentras en el ámbito de la Gracia. Ahora la Gracia está actuando abiertamente, y puedes verla actuar, un poder superior al tuyo, superior al de tu gurú.

Cuando estás en el ámbito de la Gracia, puede suceder cualquier cosa —cualquier cosa— porque no eres tú quien lo hace. La fuerza superior es quien lo está haciendo. En realidad, se está llevando a cabo dentro de ti, en el corazón, no en la cabeza.

El corazón es el centro. Aquí está la consumación, la unión con Dios. Es aquí donde más lo sientes al principio.

Tenemos que llegar al corazón, lo que significa que tenemos que encontrarnos con la Verdad, la Realidad, en el corazón, con el sentimiento. Pero hay que comprenderlo con la mente. Tiene que haber discernimiento entre lo que aparece y lo que realmente está ahí.

Esta Realidad es lo que realmente estás buscando. Lo que aparece parece ser lo que estás buscando, pero no lo es.

No puedes ser un necio y comprender el significado del mundo y de la vida. Debemos sentir y pensar. Ambos se fusionan en la realización.

Sientes y sabes al mismo tiempo lo que eres, lo que es Dios y lo que es el mundo.

La realización no se puede alcanzar por el Sendero Largo. No se puede. Es un don, y eso significa gracia, el Sendero Breve. Pero debes esforzarte por ello. Tiene que haber un Sendero Largo y un Sendero Breve, pero no debes cometer el error de pensar que tienes que ceñirte mecánicamente al Sendero Largo. Puedes empezar con ambos, trabajar con los dos a la vez, y eso se convierte en una especie de equilibrio.

Si empiezas el Sendero Breve antes de estar preparado para ello, puedes perder el equilibrio. Pero el Sendero Largo puede volverse árido.

Tiene que haber vida, sentimiento. La proporción entre el Sendero Largo y el Sendero Breve depende de cada persona. Si no lo sabes, debes preguntarle a tu gurú.

Parece complicado, y en cierto modo lo es. Pero, en cierto modo, es muy sencillo.

Al final, rechazarás ambos. No hay Sendero Largo ni Sendero Breve. Los hemos construido para que se ajusten a lo que pensamos. Buda dice en el Dhammapada que tú mismo te has inventado esa imagen que tienes de ti mismo, la imagen que crees que es real. Está creada por el pensamiento y puede deshacerse mediante el pensamiento.

También se podría decir que todo esto no tiene ningún sentido: simplemente entrégate a Dios. Esto es cierto si eres capaz de hacerlo.

Estamos demasiado instruidos, tenemos que racionalizarlo todo y dedicamos tiempo a escribir y leer libros que no merecen del todo la pena.